

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tidur adalah salah satu bentuk adaptasi bayi terhadap lingkungannya. Sesaat setelah lahir, bayi biasanya tidur selama 16-20 jam sehari. Memasuki usia 2 bulan bayi mulai lebih banyak tidur malam dibanding siang. Sampai usia 3 bulan, bayi baru lahir akan menghabiskan waktu tidurnya sekitar 15-17 jam, dengan pembagian waktu 8 jam untuk tidur siang dan 9 jam untuk tidur malam. Semakin usia bayi bertambah, jam tidurnya juga semakin berkurang. Pada usia 3-6 bulan jumlah tidur siang semakin berkurang, kira-kira 3 kali. Total jumlah waktu tidur bayi usia 0-6 bulan berkisar antara 13-15 jam/hari. Pada bayi usia 6 bulan pola tidurnya mulai tampak mirip dengan orang dewasa (Gola, 2009).

Tidur nyenyak sangat penting bagi pertumbuhan bayi, karena saat tidur pertumbuhan otak bayi mencapai puncaknya. Selain itu pada saat tidur tubuh bayi memproduksi hormon pertumbuhan tiga kali lebih banyak dibandingkan ketika bayi terbangun (Gola, 2009).

Menurut Sekartini (2004), dengan jumlah responden 285 bayi, diperoleh data 51,3% bayi mengalami gangguan tidur, 42% bayi tidur malamnya kurang dari 9 jam, dan pada malam hari bayi terbangun lebih dari 3 kali dengan lama bangun lebih dari satu jam.

Salah satu terapi non farmakologis untuk mengatasi masalah tidur bayi adalah pijat bayi (Liaw, 2000 dalam Hikmah, 2010). Pijat bayi bermanfaat

untuk meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lelap. Selain itu pijat bayi juga bermanfaat untuk meningkatkan pertumbuhan dan berat badan bayi, meningkatkan produksi ASI, serta meningkatkan daya tahan tubuh (Subakti, 2008).

Pijat bayi adalah gerakan usapan lambat dan lembut pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan dan punggung bayi. Pijat bayi merupakan salah satu bentuk rangsang raba. Rangsang raba adalah yang paling penting dalam perkembangan (Liaw, 2000 dalam Hikmah, 2010). Pijatan lembut akan membantu meringankan ketegangan otot sehingga bayi menjadi tenang dan tertidur (Prasetyo, 2009).

Namun demikian pijat bayi memiliki dampak kurang baik apabila dilakukan dengan cara yang tidak benar. Akibat kesalahan pemijatan maka bayi dapat mengalami trauma atau lebam pada kulit dan otot dan rasa sakit pada bayi sehingga bayi menjadi rewel, cedera otot dan tulang, serta pembengkakan. Selama pijat bayi dilakukan dengan benar dan lembut, maka pijat bayi tersebut aman dan bermanfaat (Suririnah, 2009).

Berdasarkan studi pendahuluan di posyandu Dahlia desa Kateguhan dengan mewawancari 10 orang tua bayi 0-6 bulan, 8 orang tua bayi yang tidak pernah memijatkan bayinya mengatakan bayinya sering terbangun di malam hari dan jumlah tidurnya kurang dari 11 jam perhari. Bayi yang jam tidurnya kurang, keesokan harinya sering rewel dan menangis. Sedangkan 2 orang tua bayi mengatakan pernah memijatkan bayinya dan jumlah tidurnya normal dengan rata-rata 14 jam perhari.

Dari data survey yang diperoleh di Puskesmas Kartasura, serta melalui wawancara antara peneliti dengan tenaga kesehatan (fisioterapis) yang memberikan pijat pada bayinya di pelayanan pijat bayi, bahwa dalam kurun waktu satu hari dalam pelayanan pijat bayi yang ada di Puskesmas Kartasura setidaknya kurang lebih 10 ibu yang memijatkan bayinya. Dan hasil wawancara peneliti dengan beberapa responden tersebut terdapat beberapa responden yang melakukan pemijatan bayi dengan frekuensi empat kali dalam satu bulan, tiga kali dalam satu bulan, dua kali dalam satu bulan dan ada yang satu kali dalam satu bulan.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah : “Apakah ada pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi umur 0-6 bulan di Puskesmas Kartasura?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pijat pada bayi dengan kualitas tidur bayi umur 0-6 bulan di Puskesmas Kartasura.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kualitas tidur pada bayi umur 0-6 bulan yang dilakukan pemijatan di Puskesmas Kartasura.
- b. Mengetahui kualitas tidur pada bayi umur 0-6 bulan yang tidak dilakukan pemijatan di Puskesmas Kartasura.
- c. Menganalisa pengaruh pijat bayi dengan kualitas tidur bayi umur 0-6 bulan di Puskesmas Kartasura.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pada masyarakat, khususnya ibu-ibu tentang pijat bayi sehingga ibu-ibu dapat menstimulasi secara maksimal untuk membantu tumbuh kembang anak.

2. Bagi Keperawatan

Sebagai masukan dan informasi bagi tenaga kesehatan khususnya perawat manfaat pijat bayi dapat meningkatkan tidur bayi, sehingga masalah tidur pada bayi dapat dikurangi untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal.

3. Bagi Institusi

Sebagai referensi dalam penelitian selanjutnya dan bahan pertimbangan bagi yang berkepentingan untuk melanjutkan penelitian sejenis.

E. Keaslian Penelitian

1. Cahyaningrum, 2013, Hubungan pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi umur 0-3 bulan di RB Suko Asih Sukoharjo tahun 2013, Desain penelitian ini menggunakan Case Control dengan pendekatan retrospektif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu dan bayi yang berumur 0-3 bulan yang sehat di RB Suko Asih Sukoharjo Tahun 2013. Teknik pengambilan sampel dengan Purposive sampling berdasarkan kriteria dengan jumlah 60 sampel, alat ukur menggunakan master tabel, dan analisa data menggunakan analisa univariate dan beivariate. Hasil penelitian,pada

kelompok kontrol bayi yang tidak dipijat sebagian besar memiliki kualitas tidur yang buruk yaitu 5 bayi (16,7 %) dari 30 bayi. Sedangkan kualitas tidur bayi pada kelompok kasus sebagian besar memiliki kualitas tidur yang baik yaitu sebanyak 22 bayi (36 %) dari 30 bayi. Dari hasil tersebut diketahui adanya peningkatan kualitas tidur bayi. Perbedaan dengan penelitian ini terletak, variabel penelitian bayi usia 0-6 bulan dan tempat penelitian.

2. Astriliya, 2013, Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 1-3 hari di ruang Neonatus RSIA Kirana Sidoharjo, Dalam penelitian digunakan metode analitik dengan desain penelitian Cross Sectional metode deskriptif yang pengambilan sampelnya dilakukan secara consecutive sampling. Populasi dalam penelitian adalah sebagian bayi usia 1-3 hari sejumlah 33 bayi. Instrumen dalam pengumpulan data menggunakan observasi. Analisis data dengan menggunakan uji statistik chi square. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa dari 30 bayi, 21 bayi (70%) pelaksanaan pijat bayi terbanyak diberikan pijat secara lengkap, 22 bayi (73,3%) pola tidur bayi setelah diberikan pijat bayi terbanyak dengan pola tidur tidak terganggu. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada jenis penelitian menggunakan analitik observasional dengan desain case control, variabel penelitian bayi usia 0-6 bulan.
3. Lilik Mardiana dkk, 2014, Pengaruh pijat bayi terhadap kuantitas tidur bayi usia 3-6 bulan di desa Munungrejo Kecamatan Ngimbang Kabupaten

Lamongan, Tujuan penelitian ini untuk bertujuan untuk membuktikan bahwa pemijatan dapat meningkatkan kuantitas tidur bayi usia 3-6 bulan di Desa Munungrejo, Kecamatan Ngimbang. Desain penelitian menggunakan Pra Eksperimen Design dengan rancangan One Group Pretest- Posttest Design. Sampel terdiri dari 18 responden yang dipilih secara Purposive Sampling. Variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah kuantitas tidur bayi. Penelitian ini menggunakan uji statistik Paired t-test ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan kuantitas tidur bayi sesudah dilakukan pemijatan lebih tinggi (13,77 jam/hari) daripada sebelum pemijatan (12,42 jam/hari) dengan rerata peningkatan sebesar 1,29 jam/ hari. Hasil uji statistik diperoleh terdapat pengaruh pijat bayi terhadap kuantitas tidur bayi usia 3-6 bulan dengan nilai ($p= 0,000$). Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada jenis penelitian menggunakan analitik observasional dengan desain case control, variabel terikat yaitu kualitas tidur bayi usia 0-6 bulan.